

ALINA NEGOESCU

EVOLUȚIA
PAS CU PAS

Proză scurtă





Așa a început totul, cu un semn de întrebare: de ce oare ni se întâmplă cele mai ciudate lucruri?

De ce trebuie să trecem prin momente foarte grele ca apoi să apreciem mai mult ce avem și să învățăm de fapt lecția care ne-a fost dată? Inițial pare imposibil de descifrat, dar apoi greul se transformă în posibil și găsești o portiță. Până să ajungi la acea portiță, este un drum lung de parcurs, plin de spini, dar, odată ajuns la finis, îți dai seama că trebuia să treci prin așa ceva, altfel nu învățai lecția.

Așa și la mine; totul s-a întâmplat fără ca eu să-mi dau seama.

Am să vă povestesc o întâmplare adevărată, care mi-a ridicat multe semne de întrebare timp

de un an de zile, ca apoi să-mi dau seama că de fapt nu e așa cum credeam eu.

Cum ar fi dacă într-o zi viața ta ar lua o întorsătură cu totul aiurea, toată viața ta ar fi dată peste cap și nu ai mai putea să faci nimic din ce făceai înainte sau cel puțin lucrurile care sunt firești, cum ar fi mersul, dar mersul pe jos, coborâtul scârilor, mersul la serviciu, ieșirile cu prietenii, mersul la cumpărături etc... cam toate activitățile care au legătură cu activitatea dusă de membrele inferioare?

Știu că este o întrebare pe care unii nu și-o pun, dar iată că ne lovim și de astfel de întâmplări, care ne schimbă radical viața.

La mine a fost ciudat, pentru că nu am făcut niciodată sport de performanță sau alte activități care să implice accidente.

Dar iată că, atunci când nu te aștepti, ți se întâmplă lucruri mai puțin plăcute, care sunt menite să te schimbe ca individ, dar să te facă să îți dorești să schimbi lumea.

Da, chiar așa, m-am decis să scriu cu scopul de a ajuta oamenii care sunt în suferință, care au nevoie de un sfat și nu au la cine să apeleze.

Nu este bine mereu să ceri sfatul unui medic, pentru că vei întâlni fel și fel de medici.

Când ne doare capul, obișnuim să consultăm medicul, dar cum ar fi să fim noi propriul medic, să știm ce avem de făcut fără să mai depindem de un diagnostic care poate nu e așa corect cum credem?

Ar fi mai bine, nu credeți?

Pentru așa ceva, este nevoie de informație; eu asta am și făcut, m-am informat.

Acum să vă povestesc ce am pățit eu, cu lux de amănunte.

Pare incredibil, dar este adevărat, am dovezi nenumărate, eu sunt dovada vie că totul este posibil.

Totul s-a petrecut în iarna anului 2016; pentru mine a fost ca un duș rece, care m-a trezit la realitate.

Obişnuiam să merg la serviciu; apoi, după ce ieşeam de la job, mergeam la sală. Sala era destul de aproape de locuința mea, ceea ce era convenabil: normal, cu toții vrem confort.

Totul era în regulă; am urmat acest program mult timp.

La un moment dat a venit iarna și nu am mai fost la acea sală, deoarece ningeă atât de tare și era foarte frig, încât mi-am zis în sinea mea că ar fi bine să fac acasă exercițiile, mai ales că aveam acasă câteva aparate de fitness. Bun, am început să fac acasă exerciții, totul era în regulă, mai ales că mereu am avut probleme cu coloana, trebuie făcute exerciții speciale. La un moment dat, am luat decizia să merg la sala din spatele casei, sala unde este antrenor principal Alex. Mi-am făcut abonamentul în luna ianuarie la sfârșitul lunii, însă nu am apucat să merg decât de câteva ori, deoarece am avut probleme.

Iar acum voi explica exact cum a început problema.

Eram la serviciu în fața calculatorului, când am simțit piciorul drept foarte greu, nu mă durea, dar nu îl mai simțeam. Am început să mă ridic mai des, la fiecare 15 minute, dar degeaba.

Am vorbit și cu instructorul de stretching de la sala din spatele casei și m-a sfătuit să fac un RMN și să consult un medic. Și uite așa a început un lung șir de consultații pe care le voi enumera mai târziu.

Le sunt recunoscătoare lui Alex care a încercat să mă ajute cum a putut el mai bine și lui Daniel cu care am făcut stretching și mi-a dat niște sfaturi care m-au ajutat enorm.

De fapt sunt mai multe persoane care m-au ajutat să descifrez această enigmă care mi-a dat bătăi de cap atâta timp.

Trebuie să menționez că mama mea a fost mereu alături de mine în momentele dificile dar și atunci când s-a petrecut ceva frumos.

Sora mea este cea mai minunată ființă, a fost atât de răbdătoare cu mine și a făcut tot

posibilul să mă ajute să evoluez, merită toată stima și aprecierea mea.

Ce vreau să vă povestesc, este o întâmplare care inițial m-a făcut să mă simt neajutorată dar apoi mi-a redat încrederea în mine și m-a făcut să lupt cu toată forța și să mă eliberez de gândurile negre care s-au abătut asupra mea timp de un an.

Dacă stau bine și mă gândesc, cred că a fost cea mai ciudată întâmplare din viața mea, pentru că am trăit cu o spaimă imensă timp de un an, dar am reușit să trec peste și sunt sigură că de acum înainte nimic nu mă mai sperie. Pin să menționez că muzica joacă un rol important în tot acest cumul de întâmplări.

Mereu mi-a plăcut să ascult muzică, dar nu orice fel, ci de calitate, care să îmi transmită un vibe bun, să simt că îmi dă putere, că prind aripi.

În acest moment ascult Eros Ramazzotti; cântă foarte frumos și chiar îmi transmite un

vibe bun, liniștitor.

Așadar am urmat sfatul lui Daniel de la sală și m-am programat la ortoped.

Pe data de 5 februarie am fost la ortoped, unde mi s-a spus că am probleme la cartilaj; mi-a recomandat să fac RMN și injecții (infiltrații pentru cartilaj).

I-am mulțumit că m-a primit și am rămas uimită de ce am auzit în sinea mea; mi-am zis să verific întâi și apoi să iau o decizie. Svetla, (fosta mea colegă de la serviciu) m-a ajutat la coborâtul scărilor la metrou, deoarece îmi simțeam piciorul foarte greu și nu mai puteam să cobor singură.

Am ajuns acasă cu greu, afară nu mai ninge, dar era foarte frig.

Pe seară, aveam programare la medicul de familie, așa că am mers cu mama, singură oricum nu puteam. Am ajuns la medic, care m-a consultat și mi-a propus să merg la o dnă doctor